

## PROJETO ARCO-ÍRIS: INTERVENÇÃO PSICOSSOCIAL DA SAÚDE NA TERCEIRA IDADE

Paulo de Tarso Xavier Sousa Junior<sup>1</sup>  
Ludymilla Dorneles Policarpo<sup>2</sup>

**Resumo:** Este relato de experiência aborda a realização de um projeto que se propôs, como objetivo geral, trabalhar os processos psicológicos básicos de idosos institucionalizados com mais de 60 anos de idade e de ambos os sexos da cidade de Teresina/PI. O grupo de alunos do quinto semestre do curso de Psicologia de uma instituição de ensino superior realizou intervenções semanais durante os meses de fevereiro a junho de 2016. Como método, foram adotadas dinâmicas de grupo que tratavam de diversos temas, como perdas e lutos, expressão de sentimentos, autoconhecimento e afins, promovendo a saúde e bem-estar dos indivíduos. Durante a realização desse projeto, observou-se uma melhora na qualidade de vida desses idosos, porque o trabalho propiciou o resgate dos processos psicológicos como atenção, percepção e a memória, favorecendo a autonomia e um desenvolvimento cognitivo dos sujeitos. Conclui-se que, apesar das crenças errôneas que existem acerca da terceira idade, como de muitas perdas em vários âmbitos do indivíduo, por exemplo, o projeto mostrou que é possível amenizar essas perdas e fortalecer as potencialidades existentes, descobrindo novas possibilidades de vivenciar suas experiências.

**Palavras-chave:** Idoso; Qualidade de Vida; Saúde Mental.

## PROJECT RAINBOW: PSYCHOSOCIAL INTERVENTION OF HEALTH ON THE THIRD AGE

**Abstract:** This experience report is about the realization of a project which proposed the following general objective: work the basic psychological processes of institutionalized elderly who were older than 60 years old and both of genders from the city of Teresina/Piauí. The group of students of the fifth semester of Psychology Course from a higher education institution realized weekly interventions from February to June 2016. The methods used were group dynamics which were about diverse themes such as loss and mourning, feelings' expression, self-knowledge and associated themes promoting health and well-being on the individuals. During this project realization was observed an improvement on the elderly's quality of life because the work propitiated the rescue of psychological processes such as attention, perception and memory favoring the autonomy and subjects' cognitive development. It was concluded that, although there are wrong beliefs about the third age, such as many losses in various contexts, for example, the project showed that is possible reducing these losses and consolidate existing potentials discovering new possibilities of living their experiences.

**Keywords:** Aged. Quality of Life. Mental health.

<sup>1</sup> Faculdade Integral Diferencial - Devry | Facid

<sup>2</sup> Faculdade Integral Diferencial - Devry | Facid

## INTRODUÇÃO

A Terceira Idade é uma etapa natural do desenvolvimento humano, marcada por grandes mudanças físicas, psicológicas e sociais na vida indivíduo. Segundo Mendes *et al.*, (2005) a Organização Mundial de Saúde (OMS) define um ser humano como idoso aquele que possui 60 anos ou mais, porém se faz necessário uma compreensão mais abrangente desse momento, não levando em conta apenas a idade cronológica. Com as mudanças sofridas em decorrência dessa nova fase, o indivíduo passa a alterar possivelmente suas crenças e visões de mundo, porém essas mudanças variam de acordo com cada sujeito, uma vez que existem culturas diferentes em cada sociedade regendo normas e valores que são únicos (FECHINE; TROMPIERI, 2012).

Conforme Brasil (2015), em média 13% da população brasileira possuem 60 anos ou mais. Do total dessa população idosa, 14,1% pertencem ao sexo feminino, enquanto 11,9% ao sexo masculino, indicando um aumento significativo em relação às pesquisas anteriores. Somente na cidade de Teresina/PI, os dados revelam que 8,55% da população são formados por pessoas com 60 anos ou mais, acarretando a presença de aproximadamente 69 mil idosos (BRASIL, 2010).

Diante desse novo quadro, Barreto (2005) afirma que atualmente muitos estudos se desenvolveram em prol da saúde e manutenção da qualidade de vida desses idosos devido a essas perdas que geram mal-estar e doenças graves, como a depressão. Atualmente as famílias desses idosos também estão em busca de novos recursos que possam ajudar seus familiares a amenizar a sua dor e sofrimento. Freitas; Sheicher (2010) discorrem que, pela busca de serviços de saúde de qualidade, falta de um tempo na rotina do dia-a-dia e outros fatores, é que diversas famílias procuram o apoio em Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI), onde oferecem serviços 24 horas por dia.

Algumas dessas instituições se tratam de organizações não governamentais e outras pertencentes à rede privada, onde abrigam idosos coletivamente, disponibilizando recursos para que suas necessidades sejam realizadas, como a alimentação e cuidados para com a saúde física (ESCALDELA; FREITA; CORRÊA, 2014). No Brasil ainda não existe um consenso a respeito das definições dessas ILPI, porém existem leis que geram diretrizes e respaldos para seu funcionamento,

como a Resolução RDC nº 283, de 26 de setembro de 2005 (BRASIL, 2005), que traz um regulamento técnico para o funcionamento dessas instituições, e a Portaria nº 810/GM/MS, de 22 de Setembro de 1989, onde traz as normas necessárias para abertura e funcionamento desses lugares (BRASIL, 1989).

Segundo Camarano; Kansa (2010), essas instituições surgiram em nosso país através das santas casas de misericórdia, que prestavam serviços filantrópicos à sociedade dando a assistência necessária àqueles indivíduos com poucas, ou quase nenhuma, condições financeiras. Atualmente algumas dessas passaram a ser conveniadas a órgãos públicos de saúde, porém destaca-se um aumento no número dessas instituições pela rede privada, onde oferecem uma equipe multiprofissional e atividades que promovem o bem-estar dos idosos que nelas residem.

Entretanto, existe bastante controversa em relação a essas instituições e o papel que desempenham na atualidade. Alguns autores, como Cortelletti; Casara; Herédia (2004), afirmam que a exclusão feita através da institucionalização do idoso acaba impedindo o seu desenvolvimento, assumindo um papel sem utilidade perante a sociedade. Por outro lado, Camarano; Kansa (2010) reconhecem que as ILPIs oferecem o cuidado necessário às demandas que surgem em decorrência da terceira idade, uma vez que a presença de familiares já não é mais constante, prejudicando seu ente devido à atenção que essa fase necessita.

A psicologia se torna uma ciência que muito tem a contribuir nesses lugares, uma vez que, segundo Bock; Furtado; Teixeira (2009), a define como uma ciência que busca compreender a subjetividade como forma de expressão particular do sujeito a tudo o que ocorre a sua volta. O psicólogo poderá desenvolver práticas que envolvam o desenvolvimento cognitivo, fortalecendo o bem-estar dos indivíduos por meio de dinâmicas de grupo (TOSCANO; OLIVEIRA, 2009).

Dessa forma, o projeto *Arco-Íris: Intervenção Psicossocial na Promoção da Saúde na Terceira Idade* surgiu como forma de atividade extracurricular para alunos do curso de bacharelado em Psicologia de uma instituição de ensino superior vinculada a uma ILPI. Esse trabalho teve como objetivo geral trabalhar os processos psicológicos básicos de idosos institucionalizados; já como específicos elencamos: auxiliar na formulação de mecanismos cognitivos e comportamentais para

adaptação do processo de envelhecimento e promover o resgate da individualidade do idoso através de técnicas grupais.

## **MÉTODO**

O projeto iniciou com uma visita a instituição de longa permanência onde, nessa oportunidade, pôde-se observar a estrutura física e dinâmica da casa. Esse primeiro contato propiciou o contato dos novos acadêmicos que participariam do projeto com a equipe multiprofissional, composta por médicos, enfermeiras, fisioterapeutas, e demais funcionários que trabalham na instituição.

O grupo, composto por seis alunos do quinto semestre do curso de Psicologia de uma instituição de ensino superior, executava intervenções uma vez na semana durante os meses de fevereiro a junho de 2016, desenvolvendo atividades para promover bem-estar e saúde, criatividade com materiais a partir das suas limitações, reflexão sobre o tema do cotidiano, estimulação das emoções, compreensão da subjetividade humana, promovendo, assim, o resgate dos processos psicológicos através da formação de vínculos estabelecidos pelos encontros. O projeto contava com a participação de aproximadamente 20 idosos de ambos os sexos, por encontro, porém não havia a participação de todos que residiam na instituição.

Ao longo do semestre, as atividades se iniciavam com um acolhimento, proporcionando aos idosos se permitirem dar vazão a seus sentimentos e se expressarem da maneira que achassem confortáveis em relação a como estavam se sentindo naquele momento ou sobre algum tema que cada um achasse necessário comentar, uma vez que isso era realizado através de uma postura empática e acolhedora por parte dos acadêmicos. Através disso, o grupo se fortaleceu promovendo a formação de novos vínculos afetivos e o desenvolvimento pessoal dos sujeitos. Após esse primeiro momento, se iniciava, então, o trabalho em grupo com intervenções variadas ao longo de cada semana a respeito de temas como a vivência com o outro, sentimentos e emoções, autoconhecimento e conhecimento sobre a vida e história dos demais componentes do grupo. Além disso, foram trabalhadas atividades, como jogos de memória, dos setes erros, quebra-cabeças, dominós, xadrez e afins, que utilizam a cognição e processos psicológicos como atenção e memória.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

Uma das dinâmicas realizadas foi à confecção de cartas, com objetivo de estimular emoções e expressar sentimentos. Segundo Lima *et al.*, (2016), observou-se a existência de fatores determinantes que irão influenciar, de forma positiva ou negativa, as emoções da pessoa idosa, convivendo longe de casa, ausente de seus familiares, a partir da vivência na Instituição de Longa Permanência para idoso. A dinâmica foi realizada com os idosos presentes, onde houve rápida aceitação para a realização da mesma, porém alguns apresentaram certas limitações e dificuldades para execução da atividade proposta. Os idosos desenvolviam o conteúdo da carta, com ajuda dos acadêmicos, pois alguns não possuíam mais a visão, outros eram analfabetos e outros tinham dificuldades na coordenação motora. A carta era destinada à pessoa que o idoso tinha desejo que a recebesse. Alguns dos destinatários eram seus familiares distantes, outros, os colaboradores da instituição. Algumas cartas nós conseguimos enviar para os destinatários, pois era de fácil acesso, porém outras não.

Foi desenvolvida, também, uma atividade nomeada de Arte Terapia, na qual era estimulada a criatividade, a memória, atividade cognitiva e motora, promovendo o bem-estar e ânimo, sempre com objetivo na melhoria da qualidade de vida e saúde. Realizamos atividades como confecção de crachás, pinturas com lápis de cor, tinta guache, massa de modelar e colagem no papel. A criatividade ficava a critério de cada idoso; eles escolhiam o que fazer e os alunos auxiliavam na realização. Segundo Fortuna, a arte sempre expressou situações vividas pelo ser humano (2005 *apud* MOTA; MOTA; FERREIRA, 2011). Cada atividade, cada material, cada cor, forma, movimento e som tem uma possibilidade de atuação no sujeito. As cores, quando bem utilizadas, podem permitir a expressão afetiva e emocional. A modelagem permite estimulação tátil, a capacidade de expressão e de planejar. A técnica do desenho tem, na terapia pela arte, o papel de desenvolver a esfera cognitiva, além da capacidade de abstração.

A arte no envelhecimento busca facilitar o resgate dos talentos ocultos, da autoestima e da inteireza da pessoa idosa, além de favorecer a busca da harmonia e do equilíbrio, o reencontro com o bom-humor, estimular a criatividade e exercitar a concentração e a memória. (AGUIAR; MACRI, 2010). Baseado nisso, foram

desenvolvidas atividades que envolviam a música e dança, incentivando aos idosos que tinham condições físicas necessárias para se expressarem sobre seus sentimentos e experiências vividas, compartilhando com o grupo um pouco sobre sua trajetória de vida. Também foram realizadas atividades que trabalham com a parte cognitiva dos idosos, como a dinâmica da sombra. Nessa intervenção, os participantes identificavam através de uma sombra qual objeto estava sendo retratado em uma imagem. Outra prática utilizada foi o baú das recordações, onde cada idoso revelava uma memória afetiva relacionada a um objeto que se encontrava em um baú, contribuindo para o fortalecimento dos laços no grupo.

Os alunos também realizavam atividades individuais com os idosos, onde cada um ficava responsável por promover trabalhos com dois idosos. Nesse momento o tema era livre, onde poderiam ser trabalhadas questões a respeito das vivências dos idosos durante outras fases do seu desenvolvimento, suas relações com membros familiares e afins por meio de atividades lúdicas ou até mesmo por uma conversa, já que, segundo Camillo; Maiorino (2012), uma escuta é capaz de promover uma grande transformação nos indivíduos, uma vez que ela promove uma benéfica assistência. Ao final do semestre, o grupo promoveu uma confraternização em caráter junino como final de um ciclo de aprendizados e grandes experiências entre ambas as partes: acadêmicos e idosos.

Conforme Oliveira; Pasian; Jacquemin (2001), o envelhecer pela forma natural da vida traz uma fragilidade em si a ser carregada ao se deparar nessa fase do envelhecimento. As instituições de longa permanência vêm sendo bastante procuradas por terem esse cuidado individual onde os idosos recebem os cuidados devidos por profissionais capacitados a exercer suas funções. Em nossa realidade, parece existir uma concepção geral de que os indivíduos não institucionalizados obtêm de seus familiares condições facilitadoras para a preservação de seu equilíbrio afetivo. Mas será isso verdadeiro? Serão diferentes as características afetivas dos residentes em seus lares para aqueles institucionalizados?



## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Apesar das crenças errôneas que existem ao redor da terceira idade, como de muitas perdas em vários âmbitos do indivíduo, por exemplo, o projeto mostrou que é possível amenizar essas perdas e fortalecer as capacidades existentes promovendo a autonomia do indivíduo.

O projeto foi uma grande gama de aprendizagem. De um lado, os idosos acabam descobrindo novas possibilidades de vivenciar suas experiências, constroem conhecimentos e os colocam em prática dentro da sua realidade. Do outro, os acadêmicos acabam crescendo enquanto seres humanos e profissionais, através da troca de experiências que são realizadas ao longo do semestre. Através desses encontros intergeracionais, os indivíduos compreendem a importância dos vínculos e como eles geram saúde e qualidade de vida, consolidando as potencialidades e garantindo a recuperação da identidade de cada ser.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AGUIAR, A. P.; MACRI, R. Promovendo a qualidade dos idosos através da Arteterapia. **Revista de pesquisa: Cuidado é fundamental**, *online*, v. 2, n. Ed. Supl., pp. 710-713, out/dez, 2010. Disponível em: [http://seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/1102/pdf\\_264](http://seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/1102/pdf_264).

BARRETO, J. Envelhecimento e qualidade de vida: o desafio actual. **Sociologia: Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto**, v. 15, pp. 289-302, 2005. Disponível em: <http://pentaho.letras.up.pt/ojs/index.php/Sociologia/article/view/2393/2190>.

BOCK, A. M. B.; FURTADO, O.; TEIXEIRA, M. L. T. **Psicologias: uma Introdução ao estudo da psicologia**. São Paulo : Editora Saraiva, 2009.

BRASIL, Agência Nacional de Vigilância Sanitária. RDC nº 283, de 26 de setembro de 2005. **Regulamento técnico para o funcionamento das instituições de longa permanência para idosos**. Brasília: ANVISA; 2005. Disponível em: [http://portal.anvisa.gov.br/documents/10181/2718376/RDC\\_283\\_2005\\_COMP.pdf/a38f2055-c23a-4eca-94ed-76fa43acb1df](http://portal.anvisa.gov.br/documents/10181/2718376/RDC_283_2005_COMP.pdf/a38f2055-c23a-4eca-94ed-76fa43acb1df).

BRASIL. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Censo Demográfico 2010**. Disponível em: <http://www.censo2010.ibge.gov.br>.

BRASIL. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios**. - 2. ed. - Rio de Janeiro, 2015. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv94935.pdf>.

BRASIL, Portaria nº 810/GM/MS, de 22 de setembro de 1989. **Aprova normas e os padrões para o funcionamento de casas de repouso, clínicas geriátricas e outras instituições destinadas ao atendimento de idosos, a serem observados em todo o território nacional**. 1989. Disponível em: [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/1989/prt0810\\_22\\_09\\_1989.html](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/1989/prt0810_22_09_1989.html).

CAMARANO, A. A.; KANSO, S. As instituições de longa permanência para idosos no Brasil. **Rev. bras. estud. popul.**, v. 27, n. 1, pp. 232-235, jun, 2010. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-30982010000100014&script=sci\\_arttext&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-30982010000100014&script=sci_arttext&tlng=pt).

CAMILLO, S. O.; MAIORINO, F. T. A importância da escuta no cuidado de enfermagem. **Cogitare Enfermagem**, v. 17, n. 3, pp. 549-55, 2012. Disponível em: <http://www.redalyc.org/html/4836/483648964021/>.

CORTELLETTI, I. A.; CASARA, M. B.; HERÉDIA, V. B. M. **Idosos Asilados: um estudo Gerontológico**. Caxias do Sul, RS : Editora Educus/Edipucrs, 2004.

ESCALDELA, F. M. D.; FREITA, A. M. P.; CORRÊA, A. C. C. Humanização e Alimentação em Instituições de Longa Permanência para Idosos. **Blucher Medical Proceedings**, v. 1, n. 2, pp. 269-269, 2014. Disponível em: <http://pdf.blucher.com.br.s3-sa-east-1.amazonaws.com/medicalproceedings/cihhs/10659.pdf>.

FECHINE, B. R. A.; TROMPIERI, Nicolino. O processo de envelhecimento: as principais alterações que acontecem com o idoso com o passar dos anos. **InterSciencePlace**, v. 1, n. 20, pp. 106-132, 2012. Disponível em: <http://ftp.interscienceplace.org/isp/index.php/isp/article/view/196/194>.

FREITAS, M. A. V.; SCHEICHER, M. E. Qualidade de vida de idosos institucionalizados. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 13, n. 3, pp.



395-401, 2010. Disponível em:  
<https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/114406/S1809-98232010000300006.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

LIMA, T. V. S *et al.* Emoções e sentimentos revelados por idosos institucionalizados: Revisão integrativa. **Revista Kairós Gerontologia**, v. 19, pp. 51-65, set, 2016. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/31448/21922>.

MENDES, M. R. S. S. B. *et al.* A situação social do idoso no Brasil: uma breve consideração. **Acta paul. enferm.**, v. 18, n. 4, pp. 422-426, dez, 2005. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/apv/v18n4/a11v18n4>.

MOTA, M. H. G; MOTA, H. G; FERREIRA, M. E. A. Efeito da prática de trabalhos manuais sobre a autoimagem de idosos. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 14, n. 4, pp. 731-742, 2011. Disponível em: <http://www.redalyc.org/pdf/4038/403834044012.pdf>.

OLIVEIRA. E. A.; PASIAN. S. R.; JACQUEMIN. A. A vivência afetiva em idosos. **Revista Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 21, n. 1, pp. 68-83, mar, 2001. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-98932001000100008&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-98932001000100008&script=sci_arttext).

TOSCANO, J. J. O.; OLIVEIRA, A. C. C. Qualidade de vida em idosos com distintos níveis de atividade física. **Rev Bras Med Esporte**, v. 15, n. 3, pp. 169-73, 2009. Disponível em: <http://ri.ufs.br/jspui/handle/riufs/1450>.

Submetido em: 08 de janeiro de 2018

Aceito em: 16 de junho de 2018